



Instytut
Rakowskiego
Danuta Sokołowska
★★★★★ 4,9 / 5
118 ocen

TERAPIA MANUALNA RAKOWSKIEGO - kurs specjalistyczny II - zespół dna miednicy i system żuchwowo-gnykowo- czaszkowy. Kurs tylko dla absolwentów kursów podstawowych TMR

Numer usługi 2025/09/02/115497/2978302

📍 Sierosław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 43 h

📅 20.01.2026 do 23.01.2026

3 150,00 PLN brutto

3 150,00 PLN netto

73,26 PLN brutto/h

73,26 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	W kursie uczestniczyć mogą lekarze, magistrowie rehabilitacji ruchowej oraz fizjoterapii. Wyłącznie absolwenci kursów podstawowych TMR.
Minimalna liczba uczestników	15
Maksymalna liczba uczestników	26
Data zakończenia rekrutacji	13-01-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	43
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa szkoleniowa: "TERAPIA MANUALNA RAKOWSKIEGO - kurs specjalistyczny II - zespół dna miednicy i system żuchwowo-gnykowo-czaszkowy. Kurs tylko dla absolwentów podstawowych TMR"- przygotowuje do samodzielnego diagnozowania i leczenia zaburzeń czynności narządu ruchu, w szczególności zaburzeń zespołu dna miednicy, czynności systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego, połączenia głowowo z uwzględnieniem stosowania procedur per rectum, a także edukacji pacjenta w zakresie wzorców reagowania na stres.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie diagnozuje i leczy zaburzenia zespołu dna miednicy	stosuje techniki badawcze i zabiegowe w leczeniu zaburzeń dna miednicy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wyjaśnia mechanizm rozluźniania mięśni i punktów spustowych systemu dna miednicy	Wywiad ustrukturyzowany
	naucza pacjenta jak radzić sobie z bólem w obszarze dna miednicy w warunkach domowych	Wywiad ustrukturyzowany
Uczestnik samodzielnie diagnozuje i leczy zaburzenia czynności systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego	stosuje techniki badawcze i zabiegowe w leczeniu zaburzeń czynności systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wyjaśnia mechanizm rozluźniania mięśni i punktów spustowych systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego	Wywiad ustrukturyzowany
	naucza pacjenta jak radzić sobie z bólem w obszarze systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego w warunkach domowych	Wywiad ustrukturyzowany
Uczestnik wykonuje zabieg per rectum	wykorzystuje w terapii procedurę badawczo-zabiegową mobilizacji per rectum	Obserwacja w warunkach symulowanych
	potrafi opisać i wyjaśnić mechanizm działania zabiegu per rectum	Wywiad swobodny
	wymienia i opisuje wskazania i przeciwwskazania do wykonania zabiegu per rectum	Test teoretyczny
Uczestnik edukuje pacjenta w zakresie wzorców reagowania na stres	edukuje pacjenta w zakresie niezbędnym do wyciszenia przyczyn dolegliwości i zachowania zdrowia	Wywiad swobodny
	definiuje i wykorzystuje w terapii fizyczne mechanizmy stresu jako reakcje anatomicznych struktur narządu ruchu na ten typ negatywnego bodźcowania	Wywiad swobodny
	różnicuje objawy związane z przeżywaniem stresu wg indywidualnych wzorców reagowania	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Liczba godzin usługi (43) podana jest w godzinach edukacyjnych (45-minutowych).

Program kursu specjalistycznego Terapii Manualnej Rakowskiego

Zespół dna miednicy. Mobilizacja per-rectum Techniki badawcze i zabiegowe

1. Struktury anatomiczne tworzące dno miednicy
2. Dno miednicy jako jedna z płaszczyzn poprzecznych narządu ruchu.
3. Dno miednicy – czynności statyczne i czynności dynamiczne.
4. Struktury anatomiczne dna miednicy dostępne palpacji w badaniu i zabiegu z dostępu per rectum.
5. Patogeneza zaburzeń czynności struktur dna miednicy: ☐ Przyczyny psychogenne (przyczyny pochodzenia pierwotnego)
6. Objawy chorobowe zaburzeń czynności struktur dna miednicy
7. Badanie z dostępu per rectum struktur dna miednicy
8. Terapia dysfunkcji struktur dna miednicy
9. Reakcje pozabiegowe.

Zespół systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego. Techniki badawcze i zabiegowe

1. Struktury anatomiczne systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego. Omówienie najnowszych doniesień dotyczących anatomii i fizjologii stawu skroniowo-żuchwowego, mięśni żucia, mięśni nadgnykowych, podgnykowych oraz struktur łącznotkankowych i mięśniowych połączenia głowowo-szyjnego.
2. Patogeneza zaburzeń czynności szgcrawitacyjne
3. Objawy chorobowe zaburzeń czynności struktur szgcr
4. Badanie systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego
5. Terapia zaburzeń czynności szgcr oraz ich następstw w postaci objawów chorobowych - zajęcia teoretyczne i praktyczne:

Zespół połączenia głowowo-szyjnego.

1. Struktury połączenia głowowo-szyjnego, anatomia i czynność.
2. Patogeneza zaburzeń czynności połączenia głowowo-szyjnego zamiejscowe dysfunkcji połączenia Oo/C
3. Objawy chorobowe generowane przez czynnościowo zmienione struktury zespołu połączenia głowowo-szyjnego: c
4. Badanie struktur połączenia głowowo-szyjnego
5. Terapia zaburzeń czynności połączenia głowowo-szyjnego i ich skutków
6. Podsumowanie.

Terapia Edukacyjna.

1. Zespoły przemocy
2. Cechy zespołu Dorosłego Dziecka Alkoholika i ich związek z dolegliwościami twarzoczaszki i dna miednicy
3. Współzależnienie – reakcje emocjonalne i fizyczne.
4. Narzędzia wykorzystywane w TE
5. Praktyczne wykorzystanie TE w pracy z pacjentem cierpiącym z powodu dysfunkcji narządu ruchu.

Autoterapia.

1. Autoterapia w zaburzeniach czynności struktur dna miednicy
2. Podstawowy i zaawansowany program reedukacji mięśni dna miednicy dla kobiet i mężczyzn.
3. Reedukacja mięśni dna miednicy podczas ciąży, w porożu i dalszych etapach życia kobiety.
4. Samodzielne mobilizacje uciskowe wybranych struktur generujących objawy w rejonie dna miednicy: wkg, krętarz, wnk Th/L oraz S, wbl.

Autoterapia w zespołach systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego.

Autoterapia zaburzeń czynności połączenia głowowo-szyjnego.

Ukierunkowany trening siłowy mięśni fazowych po wyeliminowaniu odruchu hamowania wtórnego. 1. Praca z odruchem hamowania wtórnego

2. Trening sprawności m. poprzecznego brzucha – odtwarzanie prawidłowej stabilizacji przez mięsień poprzeczny brzucha - program zaawansowany.
3. Trening sprawności mm pośladkowych (mały, średni, wielki) – zasady treningu siłowego, sposób wykonania.
4. M. naprężacz powięzi szerokiej (w zależności od indywidualnych wskazań) – zasady treningu siłowego, sposób wykonania.
5. Mm rotatory kręgosłupa oraz mm. skośne zewnętrzne i wewnętrzne brzucha – zasady treningu siłowego, sposób wykonania.
6. Trening stabilizacji łopatek i klatki piersiowej- program zaawansowany

Zajęcia prowadzone są na dwóch salach: sali wykładowej (120 m²) i sali do warsztatów i ćwiczeń (70m²). Uczestnikom udostępniamy szatnie , zaplecze sanitarne oraz ogólnodostępny hol z bufetem kawowym. Wyposażenie sali: stoły terapeutyczne (1 stół na parę), materace (dla każdego uczestnika), piłki terapeutyczne, pasy trakcyjne, poduszki (dla każdego uczestnika), rzutnik multimedialny, pomoce dydaktyczne np. plansze i modele anatomiczne.

Część praktyczna prowadzona jest w parach. Nie jest stosowany podział na grupy.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 32

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 32 Teoria szgc - wprowadzenie.	Janina Słobodzian-Rakowska	20-01-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 32 Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	20-01-2026	11:00	11:15	00:15
3 z 32 Praktyka szgc, badanie. Część teoretyczna - patogeneza i objawy	Janina Słobodzian-Rakowska	20-01-2026	11:15	13:15	02:00
4 z 32 Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	20-01-2026	13:15	13:30	00:15
5 z 32 Zajęcia teoretyczne - objawy szgc, pokaz badania.	Janina Słobodzian-Rakowska	20-01-2026	13:30	15:30	02:00
6 z 32 Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	20-01-2026	15:30	16:15	00:45
7 z 32 Autoterapia zaburzeń czynności struktur szgc. Autoterapia zaburzeń czynności połączenia głowowo-szyjnego w aspekcie migrenowych bólów i zawrotów głowy.	Piotr Skowera	20-01-2026	16:15	18:15	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 32 Badanie ślizgów, obwodzenie, zasady mobilizacji ślizgów, badanie wrażliwości, test Patricka, objawy wyprzedzania. Igłoterapia wyrostka dziobiastego-pokaz	Janina Słobodzian-Rakowska	21-01-2026	08:00	09:45	01:45
9 z 32 Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	21-01-2026	09:45	10:00	00:15
10 z 32 Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	21-01-2026	11:55	12:10	00:15
11 z 32 Teoria - zespół dna miednicy. Wskazania i przeciwwskazania do per rectum.	Bogumiła Dampc	21-01-2026	12:10	13:30	01:20
12 z 32 Przerwa	Bogumiła Dampc	21-01-2026	13:30	13:45	00:15
13 z 32 Omówienie wykonania mobilizacji per rectum	Bogumiła Dampc	21-01-2026	13:45	15:30	01:45
14 z 32 Przerwa	Bogumiła Dampc	21-01-2026	15:30	16:15	00:45
15 z 32 Autoterapia w zespołach dna miednicy	Piotr Skowera	21-01-2026	16:15	18:15	02:00
16 z 32 Zespół dna miednicy - cd.	Janina Słobodzian-Rakowska	22-01-2026	08:00	09:45	01:45
17 z 32 Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	22-01-2026	09:45	10:00	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 32 Objawy ZDM, omówienie wykonania mobilizacji per rectum- c.d.	Janina Słobodzian-Rakowska	22-01-2026	10:00	11:55	01:55
19 z 32 Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	22-01-2026	11:55	12:10	00:15
20 z 32 Mobilizacje per rectum- zajęcia praktyczne. Perspektywa pacjenta i terapeuty.	Bogumiła Dampc	22-01-2026	12:10	13:00	00:50
21 z 32 Przerwa	Bogumiła Dampc	22-01-2026	13:30	13:45	00:15
22 z 32 Terapia Edukacyjna	Bogumiła Dampc	22-01-2026	13:45	15:30	01:45
23 z 32 Przerwa	Bogumiła Dampc	22-01-2026	15:30	16:15	00:45
24 z 32 Stabilizacja w kontekście mięśni dna miednicy. Autoterapia.	Piotr Skowera	22-01-2026	16:15	18:15	02:00
25 z 32 Mobilizacja per rectum - CZST	Bogumiła Dampc	23-01-2026	08:00	09:45	01:45
26 z 32 Przerwa	Bogumiła Dampc	23-01-2026	09:45	10:00	00:15
27 z 32 Zespół połączenia Oo/C1	Bogumiła Dampc	23-01-2026	10:00	11:55	01:55
28 z 32 Przerwa	Bogumiła Dampc	23-01-2026	11:55	12:10	00:15
29 z 32 Zespół połączenia Oo/C1 - cd.	Bogumiła Dampc	23-01-2026	12:10	13:30	01:20
30 z 32 Przerwa	Bogumiła Dampc	23-01-2026	13:30	13:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
31 z 32 Terapia Edukacyjna	Bogumiła Dampc	23-01-2026	13:45	15:00	01:15
32 z 32 Walidacja	-	23-01-2026	15:00	15:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 150,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 150,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	73,26 PLN
Koszt osobogodziny netto	73,26 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

Piotr Skowera

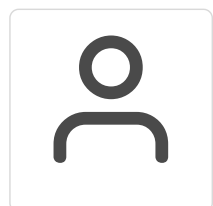
magister fizjoterapii

Terapeuta Manualny z II stopniem kompetencji;

W ciągu ostatnich 5 lat aktywnie asystuje przy szkoleniu kursantów z zakresu Terapii Manualnej Rakowskiego; w swoim dorobku edukacyjnym przeszkolił ponad 150 osób.

Odbyte kurs w ciągu ostatnich 5 lat:

- Kompleksowa terapia obręczy barkowej – 2024
- Kompleksowa diagnostyka i terapia w dysfunkcjach stawu kolanowego - 2025



2 z 3

Bogumiła Dampc

dr n. o zdr. - Akademia Medyczna w Poznaniu - rok ukończenia 2020

mgr fizjoterapii – Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu- fizjoterapia - rok ukończenia 2007

Fizjoterapeuta – numer prawa wykonywania zawodu: 16943

Terapeuta Manualny z IV° kompetencji TMR Nauczyciel Dyplomowany Terapii Manualnej

Rakowskiego – nr certyfikatu 4/2016 - Polskie Towarzystwo Terapii Manualnej Holistycznej.

Aktywnie uczestniczy w szkoleniach, kursach, konferencjach i spotkaniach naukowych z zakresu

fizjoterapii i Terapii Manualnej. W ciągu ostatnich 5 lat przeszkoliła ponad 250 kursantów z Terapii

Manualnej Rakowskiego i Terapii Dna Miednicy.

Odbyte kurs w ciągu ostatnich 5 lat:

- Pessaroterapia „Hands-On” – J. Kociszewski – 2024
- ABC Uroinekologii „Hands-On” – J. Kociszewski – 2024
- Fizjoterapia zaburzeń dna miednicy metodą Koszli – 2024
- Szkoła Focusingu – kurs podstawowy na 4 poziomach kształcący umiejętności Focusingu Relacji Wewnętrznych – 2023/2024
- Pelvic Floor Sonofeedback Therapy – Ultrasonografia w fizjoterapii zaburzeń dna miednicy – Urosilesia Akademia – 2023r.
- Fizjoterapia u Urologii i Uroonkologii Mężczyzn – Urosilesia Akademia – 2023r.
- Fizjoterapia u Uroinekologii Interdyscyplinarnie – Urosilesia Akademia – 2022r.
- Psychika, Emocje i Duchowość wg. Tradycyjnej Medycyny Chińskiej – 2021r.
- „To ma sens” – szkolenie z psychoterapii dla fizjoterapeutów – Polski Instytut Ericksonowski – 2021r.



3 z 3

Janina Słobodzian-Rakowska

dr nauk medycznych – Wojskowa Akademia Medyczna – wydział lekarski- rok ukończenia 2000
Specjalista fizjoterapii

Fizjoterapeuta – numer prawa wykonywania zawodu: 14048

Terapeuta Manualny z IV° kompetencji TMR Nauczyciel Dyplomowany Terapii Manualnej Rakowskiego - nr certyfikatu 2/2009- Polskie Towarzystwo Terapii Manualnej Holistycznej
Studia wyższe magisterskie - Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu – rehabilitacja ruchowa - rok ukończenia 1983

Aktywnie uczestniczy w szkoleniach, kursach, konferencjach i spotkaniach naukowych z zakresu fizjoterapii, Terapii Manualnej i fizjoterapii stomatologicznej. C ciągu ostatnich 5 lat przeszkoliła ponad 300 kursantów z zakresu Terapii Manualnej Rakowskiego oraz Fizjoterapii stomatologicznej.
Wystąpienie i prelekcje na konferencjach:

- Konferencja Terapii Manualnych – Wykorzystanie systemu Terapii Manualnej Rakowskiego w leczeniu dysfunkcji dna miednicy. Wpływ stresu na narząd ruchu poprzez struktury dna miednicy - listopad 2024
- Konferencja Rehabilitacja w Praktyce - Współpraca neurologa, stomatologa i fizjoterapeuty w leczeniu pacjentów z dolegliwościami w obrębie głowy –wrzesień 2024
- Konferencja Terapii Manualnych - Łódź - Wpływ przejścia piersiowo-lędźwiowego na narząd ruchu oraz narządy wewnętrzne. Techniki badawcze, różnicujące, zabiegowe stosowane w Terapii Manualnej Rakowskiego – listopad 2023 r.
- Konferencja Ustronie - Techniki Terapii Manualnej Rakowskiego w leczeniu zachowawczym coccygodyn

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy kursu otrzymują **skrypt**.

Warunki uczestnictwa

W kursie specjalistycznych uczestniczyć mogą lekarze, magistrowie rehabilitacji ruchowej oraz fizjoterapii. **Bezwzględny warunkiem uczestnictwa jest uprzednie ukończenie kursu podstawowego TMR.**

Przed dokonaniem zapisu na usługę, wymagany jest kontakt z Organizatorem celem potwierdzenia wolnych miejsc. W tym celu należy wypełnić formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://ctmrakowski.pl/kursy/terapia-manualna-rakowskiego-specjalistyczny/>

W formularzu należy koniecznie zaznaczyć, że kurs będzie dofinansowany z środków BUR.

Rejestracja na kurs jest tożsama z akceptacją regulaminu kursów i szkoleń Instytutu Rakowskiego, opublikowanym pod adresem: <https://ctmrakowski.pl/dla-specjalistow/regulamin-kursow.html>

Dokumenty:

Każdy absolwent kursu specjalistycznego TMR otrzymuje **Zaświadczenie ukończenia kursu specjalistycznego.**

Informacje dodatkowe

Ukończony pełny program kształcenia TMR: czteromodułowy kurs podstawowy + I i II moduł specjalistyczny daje prawo do złożenia egzaminu przed Komisją PTTMH i uzyskania I stopnia kompetencji w TMR.

Instytut Rakowskiego jest także wpisany do Rejestru Instytucji Szkoleniowych Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Poznaniu, pod numerem: **2.30/00118/2021** oraz do ewidencji szkół i placówek niepublicznych prowadzonej przez Starostę Poznańskiego pod numerem **RSPO 274487**.

Kurs akredytowany jest przez Polskie Towarzystwo Terapii Manualnej w Modelu Holistycznym.

Każdego dnia sprawdzana jest lista obecności.

Podstawa zwolnienie z VAT: pozostałe zwolnienia przedmiotowe art. 43 ust. 26 pkt a ustawy o VAT.

Zaliczenie kursu od 80%.

Sprawdzenie wiedzy składa się z dwuczęściowego egzaminu:

-test wiedzy - składający się z 10 pytań

-obserwacja w warunkach symulowanych - uczestnik wykonuje wylosowaną metodę badawczą, którą omawia na modelu leżącym na kozetce fizjoterapeutycznej.

Adres

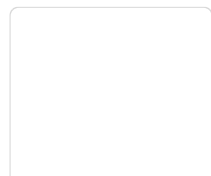
ul. Leśna 1
62-080 Sierosław
woj. wielkopolskie

Zajęcia odbywają się w siedzibie Instytutu Rakowskiego, w budynku Centrum Terapii Manualnej w Sierosławiu.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Parking, hotel i restauracja w pobliżu

Kontakt



Katarzyna Polańska-Bebejewska

E-mail instytut@ctmrakowski.pl



Telefon (+48) 618 147 900